

PENERAPAN INTERVENSI KEPERAWATAN PIJAT OKSITOSIN DALAM MENINGKATKAN SUPLAI ASI IBU POSTPARTUM

Zauhar Latipah¹, Fitri Ayatul Azlina²

^{1,2} Kompartemen Keperawatan Maternitas, Jurusan Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia.

Email : fitriayatulazlina@ulm.ac.id

Abstrak

Masa post-partum adalah periode adaptasi fisiologis dan psikologis yang memengaruhi keberhasilan menyusui. Pada masa ini, sebagian ibu mengalami ketidaklancaran pengeluaran ASI akibat belum optimalnya kerja hormon prolaktin dan oksitosin, kelelahan, nyeri pasca persalinan, serta kecemasan sehingga proses menyusui menjadi tidak efektif. Intervensi non-farmakologis yang dapat membantu dalam peningkatan kelancaran pengeluaran ASI adalah pijat oksitosin, yaitu metode untuk memijat area punggung sampai tulang iga kelima atau keenam untuk mendorong pelepasan hormon oksitosin. Intervensi ini memiliki keunggulan mudah dilakukan, aman, tidak memerlukan biaya besar, serta memberikan efek relaksasi pada ibu. Menerapkan asuhan keperawatan pada Ny. R dengan masalah ketidaklancaran suplai ASI melalui penerapan pijat oksitosin di RSI Banjarbaru. Metode yang digunakan ialah studi kasus deskriptif pada satu pasien, yaitu Ny. R, usia 30 tahun, postpartum pervaginam dengan status obstetri P2A1. Data dikumpulkan melalui pengkajian, observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, dokumentasi, dan penerapan *Evidence-Based Nursing Practice*. Intervensi utama berupa edukasi menyusui dan pijat oksitosin 5–10 menit, dua kali sehari selama dua hari, dengan melibatkan suami sebagai sistem pendukung. Analisis dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Terjadi peningkatan pengeluaran ASI ditandai dengan munculnya tetesan ASI, payudara terasa lebih penuh, serta bayi menyusu lebih baik. Ibu juga merasa lebih rileks dan percaya diri dalam menyusui. Pijat oksitosin efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post-partum. **Saran:** Studi selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi efektivitas pijat oksitosin dengan sampel lebih luas dan periode intervensi lebih lama untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang pengaruhnya terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu pascapersalinan.

Kata Kunci: post-partum, ketidaklancaran ASI, pijat oksitosin, asuhan keperawatan

Abstract

The postpartum period is a phase of physiological and psychological adaptation that influences the success of breastfeeding. During this period, some mothers experience inadequate breast milk production due to suboptimal activity of the hormones prolactin and oxytocin, fatigue, postpartum pain, and anxiety, resulting in ineffective breastfeeding. A non-pharmacological intervention that may help improve breast milk production is oxytocin massage, a technique involving massage of the back area along the fifth or sixth ribs to stimulate the release of oxytocin. This intervention is easy to perform, safe, cost-effective, and provides a relaxing effect for mothers..
Objective: To implement nursing care for Mrs. R with the problem of inadequate breast milk supply through the application of oxytocin massage at RSI Banjarbaru. *The Methods was This descriptive case study involved one patient, Mrs. R, aged 30 years, who was postpartum following vaginal delivery with an obstetric status of P2A1. Data were collected through assessment, observation, interviews, physical examination, documentation, and the application of Evidence-Based Nursing Practice. The primary interventions consisted of breastfeeding education and oxytocin massage for 5–10 minutes, twice daily for two days, involving the husband as a support system. Data were analyzed descriptively by comparing the patient's condition before and after the intervention. An improvement in breast milk production was observed, indicated by the appearance of breast milk droplets, increased breast fullness, and improved breastfeeding by the infant. The mother also reported feeling more relaxed and confident in breastfeeding.*
Conclusion: Oxytocin massage is an effective non-pharmacological nursing intervention to improve breast milk secretion in postpartum mothers. Further studies are recommended to explore the effectiveness of oxytocin massage using larger sample sizes and longer intervention periods to provide a more comprehensive understanding of its effect on breast milk production in postpartum mothers.

Keywords: postpartum, insufficient breast milk, oxytocin massage, nursing care.

Pendahuluan

Masa post-partum atau masa nifas merupakan periode setelah persalinan ketika ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis yang memerlukan proses adaptasi. Salah satu aspek penting pada masa ini adalah keberhasilan proses menyusui dan pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi melalui Air Susu Ibu (ASI) (Astutik, 2021). ASI merupakan sumber nutrisi penting bagi bayi dan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan merupakan bagian penting dalam upaya mendukung kesehatan ibu dan anak (WHO, 2021).

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan salah satu upaya penting dalam mendukung kesehatan bayi. Namun, proses menyusui dapat menghadapi berbagai hambatan, termasuk ketidaklancaran pengeluaran ASI pada masa awal post-partum. Di Indonesia, Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 yang diterbitkan Kementerian Kesehatan memuat gambaran kondisi kesehatan dan pelayanan kesehatan ibu dan anak (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Hambatan dalam proses menyusui perlu mendapatkan perhatian karena kelancaran pengeluaran ASI berperan dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI.

Ketidaklancaran pengeluaran ASI pada ibu post-partum dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor yang berkaitan dengan produksi dan pengeluaran ASI antara lain kondisi ibu, proses menyusui, serta dukungan selama menyusui (Niar et al., 2021). Pijat oksitosin juga dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk membantu meningkatkan produksi atau kelancaran pengeluaran ASI (Noviyani & Listiyaningsih, 2024). Proses laktasi melibatkan hormon prolaktin dalam produksi ASI dan oksitosin dalam refleksi pengeluaran ASI. Kondisi ibu yang nyaman dan rileks dapat mendukung proses menyusui, sedangkan perawatan payudara dan tindakan pendukung lainnya dapat membantu proses pengeluaran ASI (Fatmawati et al., 2019).

Masalah ketidaklancaran ASI perlu mendapatkan penanganan yang tepat agar

proses menyusui dapat berlangsung optimal. Pada kasus Ny. R, masalah menyusui tidak efektif ditandai dengan ASI yang belum keluar saat dilakukan pemerahan dan payudara terasa belum terisi. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang aman, mudah diterapkan, dan dapat membantu mendukung kelancaran pengeluaran ASI serta kenyamanan ibu.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan pemijatan pada daerah sepanjang tulang belakang hingga sekitar tulang rusuk kelima dan keenam yang bertujuan membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin dan mendukung pengeluaran ASI. Penerapan pijat oksitosin pada ibu postpartum telah dilaporkan dapat membantu meningkatkan produksi atau kelancaran ASI (Noviyani & Listiyaningsih, 2024; Hidayah & Anggraini, 2023). Selain itu, dukungan suami juga dapat dilibatkan dalam proses menyusui dan pelaksanaan pijat oksitosin untuk meningkatkan dukungan ibu (Jayanti et al., 2024; Idris & Asrina, 2020).

Efektivitas pijat oksitosin dalam membantu produksi dan pengeluaran ASI telah dilaporkan dalam beberapa penelitian. Magdalena (2019) melaporkan adanya perubahan pada frekuensi menyusu bayi dan produksi ASI setelah penerapan pijat oksitosin. Nufus (2019) juga melaporkan efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Manurung (2020) yang membahas penerapan pijat oksitosin untuk membantu kelancaran ASI pada ibu nifas. Selain itu, Noviyana et al. (2022) melaporkan efektivitas pijat oksitosin dalam pengeluaran ASI. Temuan-temuan tersebut mendukung penggunaan pijat oksitosin sebagai salah satu intervensi non-farmakologis untuk membantu kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post-partum.

Pijat oksitosin juga dapat menjadi bagian dari dukungan keperawatan selama proses menyusui. Keterlibatan suami sebagai sistem pendukung dapat membantu ibu dalam menjalani proses menyusui dan pelaksanaan intervensi (Jayanti et al., 2024). Penelitian

Idris dan Asrina (2020) juga membahas keterlibatan suami dalam pijat oksitosin dan respons ibu terhadap proses menyusui. Dengan demikian, pemberian intervensi tidak hanya berfokus pada tindakan pijat, tetapi juga pada edukasi dan dukungan keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, pijat oksitosin dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan non-farmakologis yang dapat diterapkan pada ibu post-partum dengan masalah ketidaklancaran ASI. Penerapan intervensi tersebut penting dilakukan sebagai bagian dari asuhan keperawatan maternitas karena tidak hanya ditujukan untuk membantu kelancaran pengeluaran ASI, tetapi juga dapat memberikan efek relaksasi dan meningkatkan kenyamanan serta kepercayaan diri ibu. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk memberikan intervensi keperawatan secara non-farmakologis yakni pijat oksitosin untuk meningkatkan suplai ASI ibu setelah persalinan.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny. R dengan masalah ketidaklancaran suplai ASI melalui intervensi pijat oksitosin di RSI Sultan Agung Banjarbaru.

Metode

Metode pada karya ilmiah ini adalah penelitian deskriptif studi kasus. Data dikumpulkan menggunakan pengkajian, observasi, wawancara langsung pada pasien dan keluarga, tindakan keperawatan dan menerapkan *Evidence-Based Nursing Practice (EBNP)*. Sampel penelitian adalah satu pasien dengan inisial Ny. R, ibu post-partum berusia 30 tahun dengan status obstetri P2A1 yang mengalami masalah menyusui tidak efektif akibat ketidaklancaran pengeluaran ASI. Intervensi yang diberikan berupa pijat oksitosin sebagai tindakan keperawatan non-farmakologis untuk merangsang refleksi pengeluaran ASI. Pijat oksitosin dilakukan di area punggung sepanjang tulang belakang sampai tulang iga kelima atau keenam dengan tekanan ringan hingga sedang. Tindakan dilakukan 15-20 menit setiap sesi

dalam jangka waktu dua hari sebanyak dua kali sehari. Prosedur intervensi meliputi tahap persiapan, pelaksanaan pemijatan, dan evaluasi respons ibu terhadap tindakan yang ditandai dengan peningkatan pengeluaran ASI dan kenyamanan dalam menyusui.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. R, seorang ibu post-partum berusia 30 tahun dengan riwayat obstetri P2A1 yang dirawat di ruang nifas RSI Banjarbaru, menyusui tidak efektif yang berhubungan dengan ketidakcukupan suplai ASI ditegakkan sebagai diagnosis keperawatan utama. Intervensi keperawatan yang diberikan berupa pijat oksitosin sebagai upaya non-farmakologis untuk membantu meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI. Tindakan ini dilakukan dalam rentang dua hari pada pagi dan sore hari selama 15–20 menit setiap sesi. Setelah tindakan dilakukan, terjadi perubahan kondisi yang ditandai dengan mulai munculnya tetesan ASI, payudara terasa lebih penuh, serta bayi mampu menyusu dengan lebih efektif dibandingkan sebelum tindakan diberikan.

Stimulasi dengan pijat oksitosin dilakukan di area punggung sepanjang tulang belakang hingga daerah costae kelima atau keenam untuk mengaktifkan pelepasan hormon oksitosin. Hormon tersebut mempunyai peran penting dalam reflek pengeluaran ASI karena mampu mendorong kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara sehingga ASI mampu keluar dengan lebih lancar. Pijat ini tidak hanya meningkatkan refleksi let-down, tetapi juga memiliki efek relaksasi yang dapat menurunkan ketegangan dan kecemasan pada ibu pasca persalinan, sehingga secara tidak langsung mendukung proses laktasi (Hidayah & Anggraini, 2023; Noviyani & Listiyaningsih, 2024).

Temuan pada kasus Ny. R menunjukkan bahwa penerapan pijat oksitosin secara rutin dalam dua hari perawatan mampu memberikan perubahan positif terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Hasil tersebut

mendukung penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa stimulasi melalui pijat oksitosin berperan dalam meningkatkan refleksi oksitosin sehingga memperlancar pengeluaran ASI pada ibu pascapersalinan. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa intervensi pijat oksitosin efektif untuk peningkatan produksi ASI karena dapat memperbaiki respon hormonal serta meningkatkan kenyamanan ibu selama proses menyusui (Nufus, 2019; Noviyana et al., 2022; Noviyani & Listiyaningsih, 2024). Dengan demikian, pemberian pijat oksitosin dapat direkomendasikan sebagai tindakan keperawatan untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI pada ibu setelah persalinan.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tetesan pancaran ASI serta perbaikan kecukupan suplai ASI pada hari ke-2. Pasien mengatakan bahwa setelah intervensi pijat oksitosin dilakukan secara berkelanjutan, terjadi peningkatan pengeluaran ASI secara signifikan. Hal ini ditandai dengan ASI yang mulai keluar lebih lancar, payudara terasa lebih ringan, dan bayi tampak lebih puas setelah menyusui.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah asuhan keperawatan selama dua hari didapatkan tiga diagnosa sudah dapat diselesaikan dan pasien dapat pulang pada hari kedua atas persetujuan dokter.

Tabel 1 Peningkatan Suplai ASI Setelah Intervensi

No.	Hari, Tanggal	Peningkatan Suplai ASI
1.	Rabu, 27 Agustus 2025	Payudara saat di inspeksi teraba kosong. Saat di remas oleh pasien ASI tidak keluar.
2.	Kamis, 28 Agustus 2025	Pasien mengatakan sudah ada mulai pembengkakan nyeri payudara karena merasa terisi ASI. Tampak keluar tetesan ASI.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1, intervensi pijat oksitosin yang diberikan menunjukkan adanya perbaikan dalam proses pengeluaran ASI yang menjadi lebih lancar ditandai dengan peningkatan produksi ASI dan terpenuhinya kebutuhan nutrisi bayi. Pemberian pijat oksitosin mampu merangsang sekresi hormon oksitosin yang berperan penting dalam mekanisme pengeluaran ASI. Hormon oksitosin akan memicu refleksi let-down, yaitu refleksi yang membantu pengaliran ASI dari kelenjar payudara menuju puting sehingga ASI dapat keluar dalam jumlah yang lebih banyak (Nufus, 2019; Noviyana et al., 2022).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Noviyani dan Listiyaningsih (2024) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin membantu peningkatan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas. Peningkatan produksi ASI tersebut terjadi karena stimulasi pada sepanjang tulang belakang dapat merangsang sistem saraf yang memicu pelepasan hormon oksitosin. Dengan meningkatnya produksi dan kelancaran aliran ASI, bayi dapat memperoleh asupan nutrisi yang cukup sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal.

Selain intervensi pijat oksitosin, dukungan terhadap ibu selama proses menyusui juga penting. Penelitian Jayanti et al. (2024) membahas pengetahuan dan dukungan suami terkait pijat oksitosin, sedangkan Idris dan Asrina (2020) membahas pengaruh keterlibatan suami terhadap respons ibu dalam menyusui. Pada kasus Ny. R, suami dilibatkan sebagai sistem pendukung dalam pelaksanaan intervensi dan keberlanjutan perawatan di rumah.

Penelitian Manurung (2020) menunjukkan penerapan pijat oksitosin dalam membantu kelancaran ASI pada ibu nifas. Penelitian Magdalena (2019) juga membahas perubahan produksi ASI dan frekuensi menyusui bayi setelah penerapan pijat oksitosin. Temuan tersebut mendukung hasil pada kasus Ny. R yang menunjukkan adanya perubahan pengeluaran ASI setelah intervensi dilakukan.

Penelitian lain mengenai pijat oksitosin juga menunjukkan bahwa intervensi tersebut dapat digunakan sebagai upaya untuk mendukung produksi dan pengeluaran ASI (Hidayah & Anggraini, 2023; Lubis & Anggraeni, 2021). Oleh karena itu, edukasi mengenai teknik pijat oksitosin dan keterlibatan keluarga dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan pada ibu postpartum dengan masalah pengeluaran ASI.

Pemberian pijat oksitosin pada kasus Ny. R menunjukkan perubahan positif pada pengeluaran ASI setelah intervensi dilakukan selama dua hari. Intervensi ini dapat menjadi salah satu pilihan tindakan keperawatan non-farmakologis yang relatif sederhana untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI. Edukasi dan keterlibatan suami sebagai sistem pendukung juga penting agar intervensi dapat dilanjutkan secara tepat setelah ibu pulang.

Pelaksanaan edukasi mengenai teknik pijat oksitosin dapat diintegrasikan dalam asuhan keperawatan di ruang nifas, terutama bagi ibu yang mengalami masalah pengeluaran ASI. Edukasi perlu disertai penjelasan mengenai tujuan, prosedur, kenyamanan ibu, serta keterlibatan keluarga sebagai sistem pendukung.

Kesimpulan

Berdasarkan evaluasi asuhan keperawatan selama dua hari, penerapan pijat oksitosin 2 kali sehari selama 15–20 menit menunjukkan peningkatan kelancaran pengeluaran ASI pada Ny. R. Hal ini ditandai dengan munculnya tetesan ASI, payudara terasa lebih penuh, dan bayi mulai menyusui lebih efektif. Dengan demikian, pijat oksitosin dapat menjadi salah satu tindakan keperawatan nonfarmakologis untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Keperawatan non-farmakologis yang dapat dilakukan untuk mendukung kelancaran pengeluaran ASI pada ibu pasca partum adalah pijat oksitosin.

Saran

Studi berikutnya disarankan untuk mengeksplorasi efektivitas pijat oksitosin melalui desain penelitian dengan ukuran

sampel yang lebih luas dan periode intervensi yang lebih lama sehingga hasil yang diperoleh dapat memberikan pemahaman lebih komprehensif tentang pengaruhnya terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu pascapersalinan.

Referensi

- Astutik, R. Y. (2021). Payudara dan laktasi. Salemba Medika.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Wulansari, N. A. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap pengeluaran ASI ibu post partum. *Journals of Ners Community*, 10(2), 169-184.
- Hidayah, A., & Anggraini, R. D. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPM Noranita Kurniawati. *Journal of Education Research*, 4(1), 234-239.
- Idris, F. P., & Asrina, A. (2020). The Effect of Oxytocin Massage by Husband on Mother's Response to Breastfeeding in Gowa Regency, South Sulawesi. *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research (IJSBAR)*, 54(4), 206-213.
- Jayanti, O., Nurita, S. R., & Patriani, S. (2024). Pengetahuan dan Dukungan Suami tentang Pijat Oksitosin Minyak Sereh di PMB Muzilatunisma. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 13(2), 322-328.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil kesehatan Indonesia tahun 2021. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lubis, D. R., & Anggraeni, L. (2021). Pijat oksitosin terhadap kuantitas produksi ASI pada ibu menyusui yang memiliki bayi berusia 0-6 bulan. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(3), 576-583.
- Magdalena, R. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap frekuensi menyusui bayi dan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 45–53.
- Manurung, H. R. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Puskesmas Sitinjo Kabupaten Dairi tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 3(1), 69-78.

- Niar, A., Diengsih, S & Siauta, J. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RSB Harifa kabupaten Kolaka Provinsi Sulawesi Tenggara. *Midwifery Jurnal Kebidanan Research Article*, Volume 7, Issue 2. Halaman 10-19.
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., ... & Welmi, S. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23-33.
- Noviyani, F., & Listiyaningsih, M. D. (2024). Pijat Oksitosin pada Ibu Postpartum sebagai Upaya Meningkatkan Produksi Asi. *Indonesian Journal of Community Empowerment (Ijce)*, 6(1), 30-34.
- Nufus, H. (2019). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), 223-227.
- WHO. (2021). *Infant and young child feeding: Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals*. Geneva: World Health Organization.